

EDUKASI IBU BAYI BALITA TENTANG ISI PIRINGKU DALAM PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KEGIATAN POSYANDU

Catur Setyorini¹

¹Dosen Prodi D3 Kebidanan, STIKES Mamba'ul Ulum Surakarta,
Email: catur.ririn@yahoo.co.id
Jalan Ring Road Utara Tawang Sari Mojosongo Kecamatan Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Jesika Amelia Romadoni²

²Mahasiswa Prodi D3 Kebidanan, STIKES Mamba'ul Ulum Surakarta
Email : jessicaameliaromadoni@gmail.com
Jalan Ring Road Utara Tawang Sari Mojosongo Kecamatan Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah,
Indonesia

Novita Nurhidayati³

³Dosen STIKES Estu Utomo Boyolali
Email : novita1259@gmail.com
Jalan Tentara Pelajar Dusun 4, Mudal Kecamatan Boyolali, Jawa Tengah, Indonesia

ABSTRAK

Sumberdaya manusia yang sehat dan berkualitas merupakan modal utama atau investasi dalam pembangunan kesehatan. Pengembangan kualitas sumberdaya manusia dapat optimal dengan apabila sistem pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat seperti posyandu dilakukan secara efektif dan efisien serta menjangkau semua sasaran yang membutuhkan layanan kesehatan anak, ibu hamil, ibu menyusui dan ibu nifas. Tujuan dari kegiatan ini adalah melakukan pemantauan pertumbuhan bayi dan balita melalui kegiatan posyandu dan penyuluhan tentang isi piringku dalam mencegah stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di RW 27 Kalurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres Surakarta. Sasaran adalah bayi dan balita yang datang saat posyandu pada tanggal 25 Juni 2024. Metode yang digunakan yaitu 1) Identifikasi kondisi anak melalui anamnesa dengan orangtua, 2) Melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan, 3) Menginterpretasikan hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan anak ke dalam curva WHO, 4) Menyampaikan hasil pengukuran pada orangtua, 5) Memberikan edukasi pada orangtua tentang status gizi bayi dan balita dan penyuluhan tentang isi piringku. Hasil kegiatan posyandu dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2024, dihadiri 79 sasaran yang terdiri dari 10 bayi (12,7%) dan 69 balita (87,3%) dan semua bayi dan balita mempunyai buku KIA dan dibawa saat posyandu (100%). Penyampaian informasi hasil penimbangan dan edukasi isi piringku dalam pencegahan stunting dilaksanakan secara lisan kepada orang tua/ pengantar.

Kata Kunci : *Pengetahuan; Isi Piringku; Stunting; Bayi; Balita; Posyandu*

***EDUCATION OF MOTHERS OF BABIES TO TODDLER ABOUT THE
CONTENTS OF MY PLATE IN PREVENTION OF STUNTING THROUGH
POSYANDU ACTIVITIES***

ABSTRACT

Healthy and quality human resources are the main capital or investment in health development. Development of the quality of human resources can be optimal if a community-based health service system such as posyandu is implemented effectively and efficiently and reaches all targets who need health services for children, pregnant women, breastfeeding mothers and postpartum mothers. The aim of this activity is to monitor the growth of babies and toddlers through posyandu activities and education about the contents of my plate in preventing stunting. Community service activities were carried out in RW 27 Mojosongo Village, Jebres District, Surakarta. The targets are babies and toddlers who come to the posyandu on June 25 2024. The methods used are 1) Identifying the child's condition through anamnesis with the parents, 2) Measuring height and weight, 3) Interpreting the results of measuring the child's height and weight into the WHO curve, 4) Conveying measurement results to parents, 5) Providing education to parents about the nutritional status of babies and toddlers and counseling about the contents of my plate. The results of the posyandu activity were carried out on June 25 2024, attended by 79 targets consisting of 10 babies (12.7%) and 69 toddlers (87.3%) and all babies and toddlers had MCH books and were brought to the posyandu (100%). Delivery of information on weighing results and education on the contents of my plate in preventing stunting is carried out verbally to parents/deliverers.

Keywords: Knowledge; Fill My Plate; Stunting; Baby; Toddler; Integrated Healthcare Center

A. Pendahuluan

Pengembangan kualitas sumberdaya manusia dengan mengoptimalkan potensi tumbuh kembang anak dapat dilaksanakan secara merata, apabila sistem pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat seperti posyandu dilakukan secara efektif dan efisien serta menjangkau semua sasaran yang membutuhkan layanan kesehatan anak, ibu hamil, ibu menyusui dan ibu nifas (Kemenkes, 2011). Keberadaan posyandu yang muncul dari masyarakat oleh masyarakat untuk masyarakat sudah begitu melekat di masyarakat terlihat dari banyaknya jumlah Posyandu yang mencapai lebih dari 300.000 di tahun 2023. Jumlah yang cukup besar ini merupakan potensi bidang kesehatan untuk menjangkau lebih dari 270 juta rakyat Indonesia dengan upaya promotif dan preventif serta mendekatkan layanan kesehatan kepada masyarakat. Posyandu diarahkan untuk menyediakan layanan terstandar bagi masyarakat berbasis siklus hidup mulai dari ibu hamil, bayi balita, anak pra sekolah, usia sekolah dan remaja, usia dewasa dan usia lansia (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pemantauan pertumbuhan balita juga berfungsi sebagai alat deteksi dini gangguan pertumbuhan pada balita. Salah satu rangkaian kegiatan dalam pemantauan pertumbuhan adalah penimbangan balita (Kemenkes RI, 2022b). Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 yang dilaksanakan oleh Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) Kementerian Kesehatan, diperoleh prevalensi balita berat badan kurang dan sangat kurang (*underweight*) sebesar 17,1% serta prevalensi balita sangat pendek dan pendek (*stunting*) sebesar 21,6% (Kemenkes RI, 2022a). Berdasarkan survey kesehatan Indonesia tahun 2023 prevalensi *stunting* turun 0,1 % dari 21,6 % di tahun 2022 menjadi 21,5% di tahun 2023, angka *wasting* 8,5%, *underweight* 15,9% dan *overweight* 4,2 % (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Dalam upaya penanganan *stunting* di Indonesia, pemerintah sudah menargetkan Program Penurunan *Stunting* menjadi 14% pada tahun 2024.

Stunting masih menjadi permasalahan gizi di Indonesia yang merupakan gangguan pertumbuhan linier disebabkan kurang gizi yang berlangsung kronis. *Stunting* pada anak dapat terjadi pada 1000 hari pertama setelah pembuahan dan disebabkan oleh banyak faktor, termasuk status sosial ekonomi, asupan makanan, infeksi, status gizi ibu, penyakit menular, defisiensi mikronutrien dan lingkungan (WHO, 2018).

Pengetahuan ibu mengenai gizi akan berpengaruh terhadap hidangan dan mutu makanan yang disajikan. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan fisik dan kecerdasan anak. Salah satu upaya pemenuhan gizi seimbang adalah menggunakan porsi makan “Isi Piringku” (Hasriani *et al.*, 2023). Program sosialisasi dari pemerintah mengenai proporsi asupan makanan yang seimbang bagi balita adalah “Isi Piringku,”. Porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Gizi yang seimbang akan menjadi sarana untuk meningkatkan tumbuh kembang balita (Prabandari, 2023).

Sebuah studi *systematic review* menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita (Jasmawati, 2020). Pemenuhan gizi bayi balita merupakan faktor yang harus diperhatikan, karena masa balita merupakan periode perkembangan yang rentan gizi, dimana kekurangan gizi serius dapat menyebabkan kematian anak. Namun, masih sedikit ibu yang mengerti porsi seimbang isi piringku untuk kebutuhan gizi balita. Dampaknya angka *stunting* di Indonesia masih tinggi. Sebagai upaya mencegah *stunting* salah satunya adalah dengan mengedukasi Ibu mengenai isi piringku dan indikator kecukupan gizi balita (Kusuma *et al.*, 2022). Berdasarkan paparan diatas maka kami dosen STIKES Mamba’ul ‘Ulum Surakarta bermaksud melaksanakan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Ibu Bayi Balita Tentang Isi Piringku Dalam Pencegahan *Stunting* Melalui Kegiatan Posyandu” yang mana diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu bagaimana menyiapkan gizi seimbang bagi bayi balita melalui isi piringku.

A. Methods

Program kegiatan inti pengabdian masyarakat ini adalah edukasi isi piringku sebagai pencegahan stunting melalui kegiatan posyandu. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di RW 27 Kalurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Surakarta. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu serta bayi dan balita sejumlah 79 responden.

Dalam kegiatan pemantauan pertumbuhan bayi balita melalui pemanfaatan posyandu, metode yang digunakan yaitu 1) Melakukan pendaftaran dan mengidentifikasi kondisi anak melalui anamnesa kepada orangtua, 2) Melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan anak, 3) Menginterpretasikan hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan anak ke dalam curva WHO yang terdiri dari berat badan berdasarkan jenis kelamin, umur dan tinggi badan, 4) Menyampaikan hasil pengukuran ke orangtua, 5) Memberikan edukasi (pendidikan kesehatan) kepada orangtua tentang grafik pertumbuhan serta isi piringku dalam pencegahan stunting.

B. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Hasil yang dicapai melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dituangkan dalam bentuk hasil kegiatan pada setiap tahap pelaksanaan sebagai berikut:

a. Perencanaan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah: pembentukan dan pembekalan tim pengabdian masyarakat dengan melibatkan dosen, mahasiswa dan kader posyandu. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Mei. Tim pelaksana kemudian diberikan pembekalan mengenai maksud, tujuan, dan beberapa hal teknis berkaitan dengan metode/teknik pelaksanaan. Serta telah disepakati bahwa kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2024.

b. Tindakan

Tindakan dalam kegiatan ini berupa implementasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan dilakukan dalam waktu satu hari yaitu pada tanggal 25 Juni 2024 pada kegiatan posyandu RW 27 Kalurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Surakarta serta edukasi tentang isi piringku sebagai upaya pencegahan stunting pada bayi balita secara lisan kepada orang tua/ pengantar. Kegiatan dimulai pukul 09.00 WIB dan selesai pada pukul 11.30 WIB. Posyandu dihadiri 79 sasaran yang terdiri dari 10 bayi (12,7%) dan 69 balita (87,3%) RW 27 Kalurahan Mojosongo. Semua bayi dan balita mempunyai buku KIA dan dibawa saat posyandu (100%), sehingga hasil pengukuran dan penimbangan langsung dapat dicatat dalam buku KIA.

c. Evaluasi

Evaluasi hasil penyuluhan sebagian besar orangtua atau pendamping anak pada awalnya cukup banyak yang belum mengetahui tentang isi piringku, karena mereka menganggap memberikan makanan pada anak yang penting anak mau saja. Setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar orangtua/pendamping mengetahui bahwa makanan yang kita berikan mempengaruhi status gizi anak. Penyuluhan dilakukan langsung secara lisan, dengan hasil sebagian besar cukup mengerti tentang Isi Piringku.

2. Pembahasan

Penimbangan balita merupakan salah satu rangkaian kegiatan dalam pemantauan pertumbuhan. Pemantauan pertumbuhan balita adalah bagian dari kegiatan rutin pemantauan pertumbuhan perkembangan pada pelayanan gizi dan kesehatan di Puskesmas. Pemantauan pertumbuhan balita juga berfungsi sebagai alat deteksi dini gangguan pertumbuhan pada balita. Melalui penimbangan balita tersebut dapat diketahui status gizi balita yang bermasalah sehingga dapat dilakukan intervensi sesuai dengan permasalahannya (Kemenkes RI, 2022a).

Anak usia di bawah 5 tahun merupakan sasaran utama posyandu dimana setiap balita mendapatkan penimbangan minimal 8 kali setahun dan pengukuran panjang/tinggi badan minimal 2 kali setahun (Kemenkes RI, 2018). Penimbangan balita merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan dalam pemantauan pertumbuhan. Pemantauan pertumbuhan setiap bulan bertujuan sebagai deteksi dini untuk mencegah terjadinya gagal tumbuh kembang pada balita (Kemenkes RI, 2022b).

Kegiatan posyandu dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2024, dihadiri 79 sasaran yang terdiri dari 10 bayi (12,7%) dan 69 balita (87,3%). Dalam kegiatan posyandu ini menunjukkan 100% ibu bayi balita mempunyai dan membawa buku KIA ke posyandu. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) merupakan pedoman orangtua dalam melakukan pemantauan dan stimulasi tumbuh kembang anak. Penggunaan Buku KIA dilaporkan memiliki manfaat dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan praktik perawatan anak (Lulianthy *et al.*, 2020). Studi literatur juga menunjukkan bahwa buku KIA merupakan alat yang efektif dan memberikan pengaruh yang positif meliputi perilaku ibu mengenai imunisasi, menyusui, gizi, tumbuh kembang anak, dan penyakit (Wignarajah *et al.*, 2021), serta berdampak signifikan terhadap sikap ibu dalam deteksi dini stunting pada anak (Sari, 2023).

Hasil penyuluhan sebagian besar orangtua atau pendamping anak pada awalnya cukup banyak yang belum mengetahui tentang isi piringku, karena mereka menganggap memberikan makanan pada anak yang penting anak mau saja. Setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar orangtua/pendamping mengetahui bahwa makanan yang kita berikan mempengaruhi status gizi anak. Penyuluhan dilakukan langsung secara lisan, dengan hasil sebagian besar cukup mengerti tentang Isi Piringku. Pemahaman orang tua juga dilihat dari antusiasme bertanya saat diberikan penyuluhan. Kegiatan ini sejalan dengan hasil kegiatan yang mana penyuluhan tentang isi piringku dapat berpengaruh dalam upaya pencegahan stunting (Sholichah & Sulistyowati, 2023).

Pendekatan Isi Piringku efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi pada masyarakat. Beberapa penelitian menyatakan terdapat pendekatan Isi Piringku efektif untuk meningkatkan status gizi balita. Pendekatan ini mempunyai tujuan untuk mengatur pola makan anak dengan komposisi makanan yang ideal sesuai takaran yang baik untuk dikonsumsi oleh anak (Ayuningtiyas *et al.*, 2023).

Sebuah studi *systematic review* menunjukkan terdapat pengaruh Pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita (Jasmawati, 2020). Pemenuhan gizi balita merupakan faktor yang harus diperhatikan, karena masa balita merupakan periode perkembangan yang rentan gizi dimana kekurangan gizi serius dapat menyebabkan kematian anak.



Gambar 1 Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan & Foto Bersama



Gambar 2 Penyuluhan kepada ibu bayi dan balita

C. Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui kegiatan posyandu bayi dan balita di Balai RW 27 Kalurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Surakarta. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 79 bayi balita terdiri dari 10 bayi (12,7%) dan 69 balita (87,3%) dan semua bayi dan balita mempunyai buku KIA dan dibawa saat posyandu (100%).

Masyarakat khususnya ibu bayi balita yang datang ke Posyandu RW 27 Kalurahan Mojosongo telah mendapatkan penyuluhan dan penjelasan yang jelas dan mudah dipahami mengenai konsep isi piringku atau komposisi makanan sesuai takaran dan materi terkait stunting secara lisan. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang cegah balita dari stunting melalui edukasi isi piringku pada ibu balita berjalan dengan baik, hal ini terlihat dari respon peserta yang sangat aktif dan kooperatif selama kegiatan berlangsung dari awal kegiatan sampai selesai.

D. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam kegiatan ini, saran yang bisa disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi ibu bayi balita selalu membawa bayi dan balita nya setiap bulan ke posyandu serta lebih aktif lagi mencari informasi tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita.
2. Bagi tenaga kesehatan dan kader sangat di harapkan dalam merubah perilaku sehat pada ibu balita khususnya terkait dalam cara pemenuhan nutrisi pada kehidupan sehari-hari sebagai upaya pencegahan stunting.

E. Ucapan Terimakasih

Terimakasih kami sampaikan atas kerjasama dari semua pihak diantaranya Puskesmas Sibela, Kalurahan Mojosongo, Kader Posyandu dan masyarakat RW 27 Mojosongo serta mahasiswa STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtiyas, A. N., Ni'mah, D. P., Setiyowati, M. A., Ni'mah, N., & Caesar, D. L. (2023). Efektivitas Isi Piringku Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Gizi Pada Anak. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 173. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v9i2.4878>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka*. 1–68.
- Hasriani, S., Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450–456. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.404>
- Jasmawati. (2020). *Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita: Systematic Review*. 5(2), 4–5.
- Kemenkes. (2011). *Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu*.
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf*.
- Kemenkes RI. (2022a). Profil Kesehatan Indo-nesia. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Kemenkes RI. (2022b). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Panduan Pengelolaan Posyandu Bidang Kesehatan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2.
- Kusuma, I. R., Ambarwati, D., & Septianawati, P. (2022). Pendidikan Kesehatan Edukasi Isi Piringku Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Semnas Lppm*, 4, 1–5.
- Lulianthy, E., Setyonugroho, W., Mawarti, R., & Permana, I. (2020). Pemanfaatan buku kia untuk pemantauan. *Proceeding Book Health National Conference*, 6–11.
- Prabandari, Y. (2023). Buku Saku Isi Piringku. *UGM*.
- Sari, D. N. (2023). Relationship between Utilization of the MCH Handbook and Mother's Knowledge and Attitudes in Early Detection of Stunting. *International Journal of Science and Society*, 5(2), 304–317. <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v5i2.695>
- Sholichah, N., & Sulistyowati. (2023). *Jurnal ABDIMAS-IBISA*. 2(1), 28–34.
- WHO. (2018). *Reducing stunting in children: equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241513647%0A> Accessed on 18th February 2022
- Wignarajah, S., Bhuiyan, S. U., & Gugathanan, A. (2021). The Maternal and Child Health (MCH) Handbook and its Influence on Health Behaviors: A Literature Review. *European Journal of Environment and Public Health*, 6(1), em0092. <https://doi.org/10.21601/ejeph/11357>